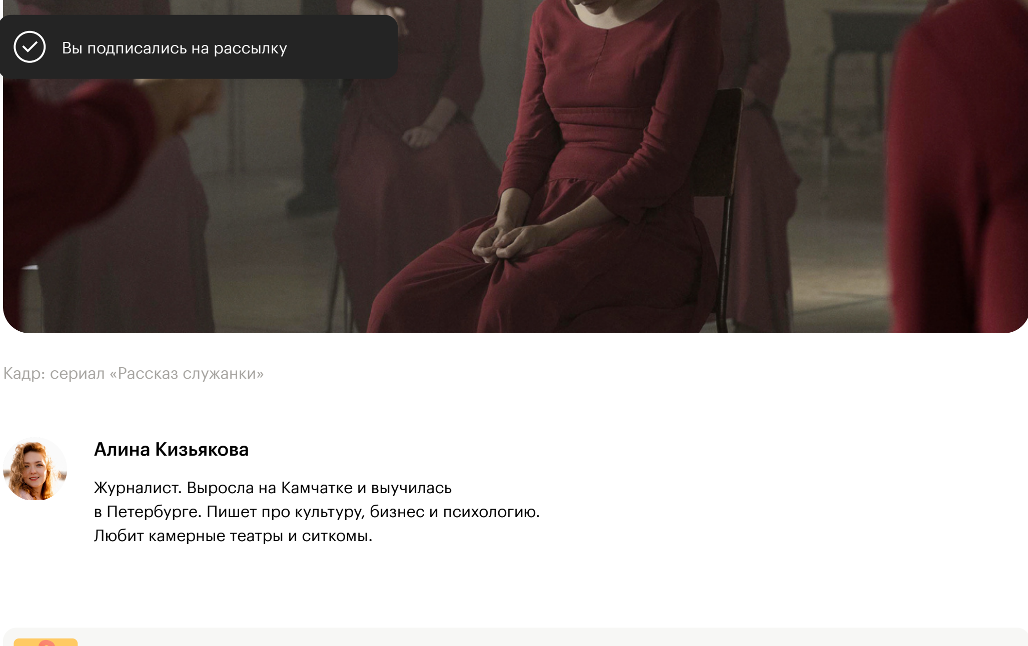
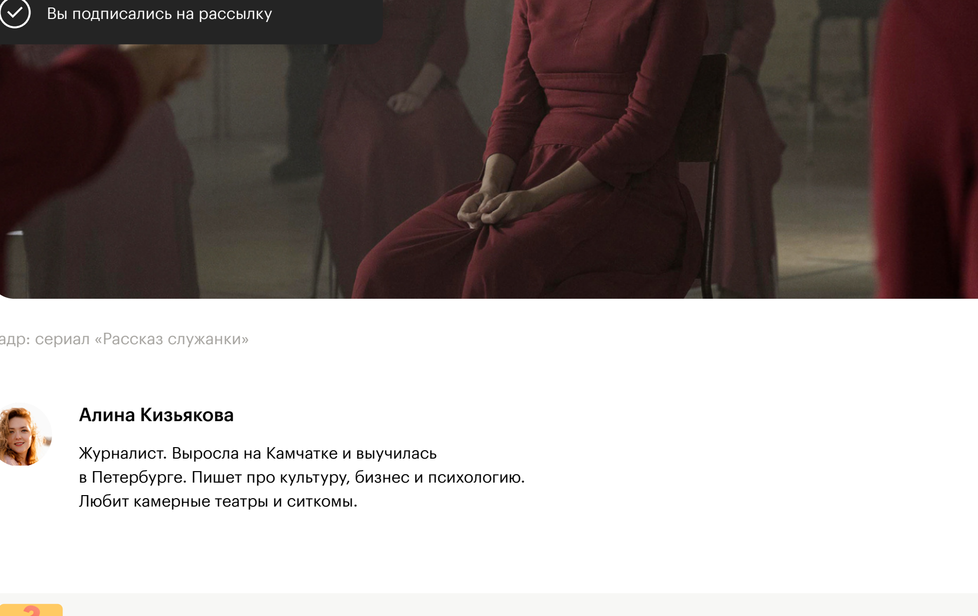
РАЗВИТИЕ #СТАТЬИ 23 ноя 2022

Что такое мизогиния и внутренняя мизогиния? Объясняем простыми словами

Как возникает мизогиния, чем она вредна и как с ней бороться.

Поделиться































Кадр: сериал «Рассказ служанки»



Алина Кизьякова

Журналист. Выросла на Камчатке и выучилась в Петербурге. Пишет про культуру, бизнес и психологию. Любит камерные театры и ситкомы.

В статье разбираем:

- что такое мизогиния;
- чем она отличается от сексизма и как проявляется;
- что такое внутренняя мизогиния;
- как бороться с мизогинией.

Мы завели **телеграм-канал «Ты как?»**. Будем в удобном формате рассказывать о саморазвитии, психологии и о том, как эффективно учиться и строить карьеру в любом возрасте. Подписывайтесь!

Что такое мизогиния?

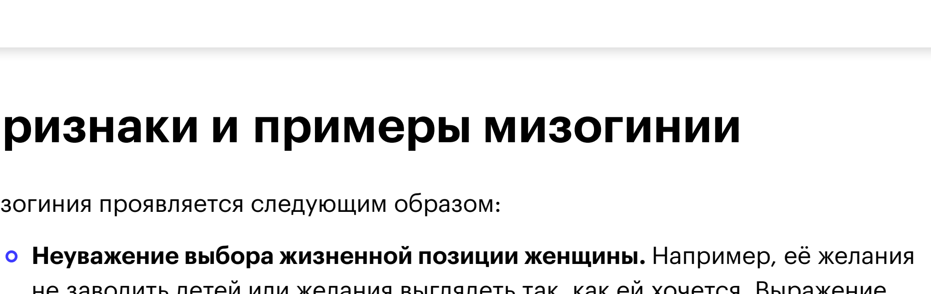
Мизогиния — это женоненавистничество. Она проявляется как ненависть и предубеждение к девочкам, девушкам и женщинам.

Такое отношение следует из патриархальных установок: женщины должны во всём уступать мужчинам. Если девушки делают что-то лучше, это считается исключением из правил или везением и обесценивается.

Чем мизогиния отличается от сексизма?

Сексизм — это предвзятое и негативное отношение к людям по признакам пола или гендера. А мизогиния — предвзятое отношение именно к женщинам. То есть сексизм — это более широкое понятие.

Кстати, у ненависти к мужчинам тоже есть своё название — мизандрия.



Читайте также:

Что такое феминизм — объясняем простыми словами

Признаки и примеры мизогинии

Мизогиния проявляется следующим образом:

- **Неуважение выбора жизненной позиции женщины.** Например, её желания не заводить детей или желания выглядеть так, как ей хочется. Выражение снисходительности к её позиции: «Ты ещё молодая, не понимаешь», «Вот родишь, тогда поймёшь».
- **Неуважение к женскому здоровью.** Пренебрежительное и насмешливое отношение к плохому самочувствию женщин во время предменструального синдрома и менструации.
- **Обобщения и стереотипизация:** «Мне легче общаться с мужчинами», «Ой, это какие-то женские штучки».
- **Завышенные требования.** Общество требует от женщин, чтобы они с юных лет выглядели и вели себя идеально.
- **Вызывание чувства вины.** Например, если муж изменил, ответственность за его поступок часто перекладывается на жену, «не удержавшую» супруга, или на девушку, которая «увела» мужчину из семьи.
- **Оправдание насилия по отношению к женщинам.** Часто общество считает, что жертва могла «спровоцировать» агрессора своим поведением или внешним видом.
- **Недоверие и игнорирование.** Например, нежелание работать в женском коллективе или недоверие к профессионализму.
- **Слатшейминг.** То есть критика девушек за «распущенность» или «вызывающее» поведение. Причины осуждения при этом необъективны: одни и те же люди могут восхищаться фотографией модели в купальнике и ругать учительницу за аналогичный снимок.
- **Сексистские шутки.** Их можно услышать не только от мужчин, но и от девушек в адрес друг друга. Шутят, например, про блондинку за рулём или про «крысятник» в женском коллективе.



Читайте также:

Чувство вины: что такое и как избавиться

По данным ВЦИОМ, 68% россиян не готовы видеть президентом женщину. Обратного мнения придерживаются всего 21% опрошенных.

В другом исследовании жители России отметили, что больше доверяют юристам, архитекторам, поварам и врачам, если они мужчины, хотя больше половины специалистов в этих сферах — женщины.

Что такое внутренняя мизогиния?

Внутренняя мизогиния — это неприязнь и ненависть женщин друг к другу. Ещё это явление называют женской или усвоенной мизогинией.

Также существует аутомизогиния, когда женщина сама направляет против себя негативные установки и объясняет их своей принадлежностью к женскому полу: «Я же девочка, я слишком глупая, чтобы разбираться в технологиях».

Причины внутренней мизогинии

Неприязнь внутри женской группы возникает из-за того, что девушки неосознанно перенимают стереотипы, тиражируемые патриархальным обществом — системой, в которой женщина занимает второстепенную, подчинённую роль.

Развитию внутренней мизогинии способствует:

- **Воспитание в патриархальной семье**, где обязанности строго поделены на мужские и женские и даже взрослые женщины подчиняются мужчинам. Также патриархальность может проявляться в демонстративном сожалении родителей о том, что у них родилась девочка.
- **Чрезмерная строгость со стороны матери.** Мама, которая часто наказывает девочку, может травмировать детскую психику. Впоследствии из-за этого может сформироваться негатив ко всем представительницам женского пола.
- **Синдром отличницы.** Когда девушка стремится быть идеальной (особенно если этого требовали с детства), её может раздражать несовершенство других женщин. Отсюда появляются зависть и злость, которые направлены и на окружающих, и на саму себя.
- **Разжигание нездоровой конкуренции.** Общество стравливает женщин, заставляя их бороться за «хороших» мужчин, воспитывать только послушных детей-отличников, при этом успевать строить карьеру. Из-за этого давления женщины видят друг в друге соперниц, а конкуренция становится стратегией выживания.



Читайте также:

6 нон-фикшн-книг об умных и смелых женщинах

Как бороться с мизогинией?

С мизогинией бороться непросто, потому что даже в XXI веке это, к сожалению, борьба с мнением, которое поддерживается большинством.

> Однако вот что может сделать каждый. Не поддерживайте и не транслируйте женоненавистническую риторику. Когда кто-то говорит, что мужчинам лучше даются точные науки, можно привести результаты исследований, которые опровергают это утверждение. Также статистика разоблачает миф о том, что женщины хуже водят автомобиль, чем мужчины.

Если вы замечаете мизогинные или аутомизогинные признаки у себя, то постарайтесь избавиться от негативных установок по отношению к женщинам.

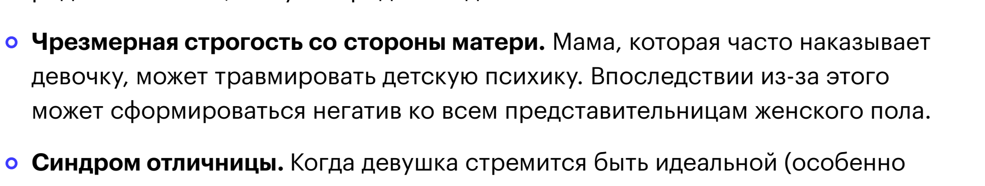
- Попробуйте самостоятельно или с помощью психолога понять, почему вы мыслите стереотипно и кто мог внушить вам негативные убеждения о женщинах.
- Не пренебрегайте девушками-специалистами. Оценивайте в первую очередь опыт и профессионализм человека.
- Относитесь к женщинам как к подругам, а не как к соперницам: обратите внимание, сколько среди вашего окружения талантливых, умных и сильных девушек.

ЧИТАЙТЕ ТАКЖЕ:

- Токсичные отношения: признаки, как выйти
- Бодипозитив: что это такое, объясняем простыми словами
- Как полюбить себя и повысить самооценку

Поделиться

Это интересно



Духовный кризис: что это такое и как с ним справиться

Что такое сновидения с точки зрения психологии

Впечатлительность — что это такое

7 трендов рынка тр… в 2024 году